

# KARATE

## WKF - KATA FRÅGOR



**Del 1:** Sant eller falskt? Sätt ett **X** i rätt ruta.

1. I katatävling får ärmarna på gi-jackan rullas upp.
2. Gi-byxorna kan vara lite kortare så att de bara täcker halva smalbenet.
3. I Shiteikata är endast mindre variationer tillåtna.
4. I Tokuikata är variationer enligt den tävlandes egen stilorganisation tillåtna.
5. Det är inte tillåtet att repetera en Tokuikata, endast Shiteikata är tillåtet att repetera.
6. I den tredje omgången i katatävlingen blir den som gör variationer i katan diskvalificerad.
7. När Aka gjort färdigt sin kata skall denne lämna tävlingsytan och invänta Ao:s utförande.
8. Om katan inte utförs enligt reglerna eller om det förekommer andra avvikelser kan huvudflaggdomaren kalla in domarpanelen för att avkunna ett domslut.
9. Om en tävlande diskvalificeras skall huvudflaggdomaren korsa sina flaggor i enlighet med signalen för Torimasen i kumite.
10. Vid Hantei skall den tävlande som får flest röster förklaras som vinnare av protokollföraren/utroparen.
11. När flaggdomarna tagit ned sina flaggor efter Hantei skall huvudflaggdomaren indikera vem som vunnit genom att höja rätt röd eller blå flagga.
12. Om en domare signalerar för Aka vid Hantei, en domare för Ao och den tredje Hikiwake skall en avgörande kata utföras.
13. Katans utförande måste uppvisa koncentration, kraft och genomslagskraft i teknikerna.
14. Domarna skall leta efter korrekt kihon enligt den stil som demonstreras.
15. Startpunkten för katan skall markeras med ett litet kryss inom matchytans område.
16. De tävlande måste starta och avsluta katan vid samma ställe.
17. Huvudflaggdomaren påbörjar den tävlandes utförande genom en kort signal med sin visselpipa.
18. Tävlande från länder som är välkända för att erövra medaljer skall ges ett speciellt hänsynstagande.
19. Startpunkten för katautförandet är två meter in på matchytan i riktning mot huvudflaggdomaren.

20. Att en lagmedlem signalerar början och / eller slut av katan anses inte vara ett hjälpmedel.
21. Vid utförande av Shiteikata är mindre variationer i enlighet med den egna stilorganisationen tillåtna.
22. Vid utförande av Shiteikata skall en tävlande som repeterar samma kata två gånger inte diskvalificeras.
23. En tävlande som avbryter utförandet av en kata skall få ett poängavdrag.
24. I återkval är endast Tokui kata tillåtna.
25. Utförd kata får inte repeteras.
26. Det är den tävlande och dennes coachs skyldighet att försäkra sig om att rätt typ av kata utförs i den aktuella omgången.
27. Sekretariatet kommer att meddela den tävlande om dennes kata accepteras i den aktuella omgången.
28. Om en tävlande inte dyker upp vid uppropet (Kiken) skall vinsten automatiskt ges till motståndaren.
29. En tävlande, vars motståndare ej dykt upp och givits Kiken, får inte använda samma kata i nästa omgång (den kata som anmälts till sekretariatet).
30. Den tid som är tillåten för Bunkai i finalen i lagkata är fem minuter.
31. Sekretariatets personal skall bestå av tidtagare, protokollförare samt utropare.
32. Tävlingsytan vid katatävling skall vara 12 x 12 meter.
33. Om det endast finns sexton tävlande så behöver man inte utföra Shitei kata.
34. Flaggdomarna i en katatävling får inte ha samma nationallitet som de tävlande, undantaget då fem flaggdomare används.
35. Även om hårbånd och andra hårdekorationer är förbjudna i kumite så få de bäras i katatävling.

## Del 2: Flervalsfrågor - Sätt ett X i rätt ruta

1. Vid bedömning av en tävlande eller ett lag skall domarna ta hänsyn till om det uppvisats ett [\_\_\_\_] utförande av katans mening.  
**a) realistiskt b) snabbt c) exellent d) praktiskt**
2. Vid bedömning av en tävlande eller ett lag skall domarna ta hänsyn till om det uppvisats en förståelse för den/de [\_\_\_\_] som uppvisats (Bunkai).  
**a) förklaring b) kihon c) tekniker d) principer**
3. Vid bedömning av en tävlande eller ett lag skall domarna taga hänsyn till timing, rytm, [\_\_\_\_], balans, och fokusering av kraften (Kime).  
**a) kime b) hastighet c) ställningar d) kihon**
4. Vid bedömning av en tävlande eller ett lag skall domarna ta hänsyn till [\_\_\_\_] och koncentration.  
**a) kime b) realism c) korrekt andning d) korrekt uppmärksamhet (Chakugan)**
5. Vid bedömning av en tävlande eller ett lag skall domarna ta hänsyn till korrekta ställningar (Dachi) med rätt anspänning i benen och fötterna [\_\_\_\_] mot golvet.  
**a) stilla b) flytande c) greppande d) platt**
6. Vid bedömning av en tävlande eller ett lag skall domarna ta hänsyn till korrekt [\_\_\_\_] i bukpartiet (Hara).  
**a) muskel b) avslappning c) anspänning d) hållning**
7. Vid bedömning av en tävlande eller ett lag skall domarna ta hänsyn till korrekt form (Kihon) i enlighet med den/det [\_\_\_\_] som uppvisas.  
**a) stil b) kata c) karate-do d) nationella förbund**
8. Vid utförandet skall också hänsyn tas till [\_\_\_\_] faktorer.  
**a) fokuserande b) kraft c) subtila d) andra**
9. I lagkata är [\_\_\_\_] utan yttre hjälpmedel en positivt.  
**a) avslutning b) synkronisering c) starten d) val av kata**
10. Kata är varken dans eller [\_\_\_\_] utförande.  
**a) kamp b) solo c) lag d) teatralt**
11. I lagkatatävling skall de tävlande utföra sin kata [\_\_\_\_] framför och med ansiktena vända mot huvudflaggdomaren.  
**a) tillsammans b) med skicklighet c) samtidigt d) med alla tre tävlande stående i samma riktning på tävlingsytan**
12. I lagkata skall lagmedlemmarna visa [\_\_\_\_] för katans innebörd.  
**a) synkronisering b) solidaritet c) kompetens d) förståelse**
13. Att signalera, stampa i golvet, slå med händerna mot bröstet, armarna eller karate-gin samt ha högljudd andning är alla exempel på [\_\_\_\_]  
**a) god kraft b) yttre hjälpmedel c) bra timing d) dålig förståelse**

14. Bunkai är förklaring av katans [\_\_\_\_\_]  
 a) rytm b) principer c) mening d) historia
15. I de två första omgångarna får den tävlande välja:  
 a) att repetera katan  
 b) att utföra endast Tokui kata  
 c) att utföra endast Shitei kata  
 d) vilken kata som helst beroende på antalet tävlande
16. Vid finalen i lagkata måste lagen uppvisa katas Bunkai. Följande tillåts:  
 a) visa vilken som helst kata från tidigare omgångar  
 b) använda ytterligare tävlande från sin delegation  
 c) högst tre minuter för sin uppvisning  
 d) högst fem minuter för sin uppvisning
17. Vilken av följande kator finns inte med på WKF:s katalista?  
 a) Tekki Sandan b) Chatanyara Rohai c) Seiyunchin d) Wanshu
18. Namnge de två Shiteikatorna för Goju Ryu
19. Namnge de två Shiteikatorna för Shotokan
20. Namnge de två Shiteikatorna för Shito Ryu
21. Namnge de två Shiteikatorna för Wado Ryu
22. Vilka är kriterierna för domslut? (varje rätt svar ger en poäng)
- |       |       |
|-------|-------|
| a)    | f)    |
| ----- | ----- |
| b)    | g)    |
| ----- | ----- |
| c)    | h)    |
| ----- | ----- |
| d)    | i)    |
| ----- | ----- |
| e)    | j)    |
| ----- | ----- |
23. Enligt tabellen, hur många Shiteikator krävs om det finns 64 tävlande?
24. Enligt tabellen, hur många Tokuiikator krävs om det finns 64 tävlande?
25. Enligt tabellen, hur många Shiteikator krävs om det finns 32 tävlande?
26. Enligt tabellen, hur många Tokuiikator krävs om det finns 32 tävlande?
27. Hur många kator finns det i WKF:s lista över Goju Ryu?
28. Hur många kator finns det i WKF:s lista över Wado Ryu?
29. Hur många kator finns det i WKF:s lista över Shotokan?
30. Hur många kator finns det i WKF:s lista över Shito Ryu?